

УДК: 645.32-04:612.

### **3. Кульчицький**

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя)

## **СТРУКТУРА СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ У ГИРЬОВОМУ СПОРТІ**

Ріст спортивних результатів залежить від методики тренування, ефективної реабілітації спортсменів, прогресу технічних засобів, росту масовості, а також від раціонального спортивного відбору.

Якість відбору багато в чому обумовлена талантом тренера-педагога, його досвідом та інтуїцією. Але, конкуренція на міжнародній арені, соціально-економічний стан вказують на необхідність науково-обґрунтованій системи відбору. До того ж визначення спортивної придатності – це не тільки перевірка відповідності підлітка специфіці спортивної діяльності, але також пошук протипоказань і їхня оцінка.

На практиці пошук талантів проходить звичайно в умовах змагань. Спортивний результат, однак, не відрізняється стабільністю і тому недостатньо прогнозований. Складність проблеми відбору пов'язана з поняттям про здібності людини. Здібності – це властивості людини, що роблять її придатним до успішного виконання якої-небудь діяльності. Здібності формуються на основі задатків – генетично детермінованих анатомо-фізіологічних особливостей людини. Вони формуються в процесі діяльності, навчання і виховання, і пов'язані зі співвідношенням уродженого і набутого, біологічного і соціального, тілесного і духовного.

Визнання людини нездатним у якій-небудь галузі не означає його неповноцінності взагалі. Воно означає лише те, що його здатності лежать не в цій галузі, а в іншій. Отже, можливо визначати лише передумови для успішних занять спортом, а оцінити реальний розвиток задатків можливо лише при правильно організованому тренувальному процесі, сприятливих соціальних і економічних факторах, мотивації.

При тестуванні фізичних якостей не треба обмежуватися лише визначенням рівня їхнього розвитку, тому що він не завжди відповідає потенціалу розвитку. Поєднання високого вихідного рівня фізичних якостей і високих темпів їхнього розвитку говорить про перспективність юного спортсмена. Але не завжди за темпами приросту тренуваності можна судити про перспективність спортсменів. Приріст рухових якостей у акселерантів і детардантів різний. Нерідко підлітки, що спочатку швидко розвиваються, виявляються малоперспективними.

У даний час, у практиці використовуються, так звані, модельні характеристики представників різних видів спорту. Вони складені на основі даних, отриманих при вивченні особливостей різних систем організму спортсменів високого класу. Використання таких моделей обмежує той факт, що в різні періоди становлення спортсмена, вимоги, пропоновані до тих чи інших систем організму, істотно розрізняються, як і вплив на їхній спортивний результат. Кожному віковому періоду відповідають визначені особливості в будові і функціях окремих органів і систем, а також у реактивності організму й емоційно-психічному розвитку особистості. Так, на початковому етапі підготовки, домінують фізіологічні механізми; на етапі вищої спортивної майстерності зростає важливість психічних особливостей атлета.

Таким чином, передбачається необхідність створення модельних характеристик для вікових груп. З їхньою допомогою можна виділити ті відстаючі ланки в загальній характеристиці юного атлета, які, навіть при безсумнівних задатках моторної обдарованості можуть у майбутньому перешкоджати досягненню високих спортивних результатів, якщо їх вчасно не усунути відповідними педагогічними впливами.